

## АНАЛИЗ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНОГО ПРОЦЕССА В СОВРЕМЕННОМ МИНИ-БАСКЕТБОЛЕ

Е.А. Митова, В.Н. Онищенко

Днепропетровский государственный институт физической культуры и спорта, Украина, *e-mail*: [elenamitova@mail.ru](mailto:elenamitova@mail.ru)

**Введение.** У «большого баскетбола» есть младшие братья - «микро-баскетбол» и «мини-баскетбол» - видоизмененные варианты игры, предназначенные для решения различных задач физического и умственного развития, воспитания черт характера, личности ребенка [7].

Микро-баскетбол - игра для 3-6 летних детей, а мини-баскетбол предназначен для детей 6-12 летнего возраста. Условия и правила микро- и мини-баскетбола соответствуют особенностям физического развития детей дошкольного возраста и младших школьников. Для этого используются облегченные мячи, снижена высота кольца, сокращены время игры и размеры площадки, что позволяет привлечь детей к занятиям интересной и доступной спортивной игрой. Она способствует разностороннему развитию детского организма. Бег, прыжки, передачи, броски в высокую цель-кольцо активизирует рост ребенка, формируют правильную осанку, развивают силу мышц, ловкость и скорость. Под влиянием нагрузки увеличивается жизненная емкость легких и окружность груди, совершенствуется деятельность сердечно-сосудистой системы [8].

Баскетбол с каждым годом все больше приобретает популярность в Украине, как спортивная игра. Много внимания уделяется этому виду спорта именно сейчас, потому что в 2015 году в Украине будет проводиться Чемпионат Европы среди мужских команд. Несмотря на попытки страны к высокому качеству организации и проведения соревнований международного уровня, качество учебно-тренировочного процесса и эффективность соревновательной деятельности наших сборных команд разных возрастных категорий (от кадетов до Национальной) остается недостаточным для высоких достижений.

Высокий уровень современного баскетбола требует решения организации массового привлечения детей к занятиям баскетболом уже с раннего возраста, совершенствования учебно-тренировочного процесса, использования наиболее совершенных форм, методов и средств тренировки [3,9]. Массовое привлечение детей к занятиям баскетболом будет способствовать прогрессу развития баскетбола в Украине, что позволит качественно формировать национальные команды высокотехническими баскетболистами.

Сегодня мировая практика свидетельствует о развитии массового мини-баскетбола. Известно, что дети с 6-7-летнего возраста начинают успешно осваивать азбуку баскетбола, а с 8-летнего возраста начинают регулярно тренироваться в секциях и выступать на соревнованиях [2]. Учитывая это, первоочередной задачей развития баскетбола в Украине является увеличение количества детей, которые занимались бы в секциях мини-баскетбола с тем, чтобы баскетбол стал одним из главных средств реализации программы по физическому воспитанию школьников. Опыт показывает, что с этими задачами мини-баскетбол справляется успешно. Более того, он их перекрывает: при правильном использовании мини-баскетбол становится мощным средством воспитания. Поэтому ценность его не вызывает сомнения.

Многолетними исследованиями ведущих специалистов спорта, таких как - М.Г. Озолин, (1970-1988); Л.П. Матвеев, (1972-2001); В.М. Платонов, (1976-2012); Ф.П. Суслов, (1980-2003); Ю.М. Портнов, (1988-1997); обоснованно фундаментальные положения теории и методики спортивной подготовки. При этом для многих спортивных игр не решенной остается ряд вопросов, связанных с построением и содержанием тренировочного процесса на этапах начальной, предварительной базовой и специализированной базовой подготовки.

Ряд научных работ посвящается вопросам: теоретико-методических основ многолетней подготовки юных спортсменов в спортивных играх (И. Максименко, 2010), моделирование тренировочного процесса спортсменов игровых видов спорта (В. Костюкевич, 2011), дифференцированному подходу с учетом индивидуальных особенностей спортсменов в игровых видах спорта (Ж.Л. Козина, 2010), подготовки баскетболистов различной квалификации [4,5,6,10], обучения техническим действиям баскетболистов на основе развития психомоторных способностей. Большое внимание зарубежные ученые [1,7,8,12] уделяют развитию мини-баскетбола не только на уровне страны, но и на международном уровне. Вопросом отбора в баскетболе занимались такие отечественные и зарубежные ученые как - Л. Волков, 2003; В.Г. Губа, С.Г. Фомин., С.В. Чернов, 2009; Л. Костикова, 2002; А. Николич, Ю. Параносич, 1984 и другие, но работ посвященных

построению учебно-тренировочного процесса в мини-баскетболе в течение годового цикла подготовки в Украине найдено недостаточно.

**На данном этапе диссертационного исследования решалась следующая задача:**

Проанализировать построение и содержание учебно-тренировочного процесса спортсменов в мини-баскетболе в украинской системе подготовки баскетболистов и сравнить с системой ведущих баскетбольных стран в научно-методической литературе.

*Методы исследования*

- анализ и обобщение литературных источников;
- социологический опрос.

**Организация исследования.** Данные исследования проходили на базе СДЮСШОР № 5 г. Днепропетровска.

**Результаты исследования и их обсуждение.** Анализ учебной программы для детско-юношеских спортивных школ (1999 года издания) позволяет определить причины неэффективности ее функционирования:

- устаревшая методика подготовки баскетболистов по сравнению с ведущими баскетбольными странами;
- необоснованные научные подходы к регламентации физических нагрузок с учетом индивидуальных особенностей развития детей;
- отсутствие научно обоснованной системы нормативных оценок физической подготовленности (не все физические качества контролируются в соответствии с сенситивными периодами);
- слабая постановка педагогического процесса, которая должна создавать условия для раскрытия и развития физических, морально-волевых и интеллектуальных качеств ребенка;
- низкий уровень организационной структуры педагогического управления, которая обеспечивает координацию и взаимодействие родителей, тренерского коллектива, учителей физической культуры (родители должны способствовать тренеру и направлять поведение ребенка, но не влиять на работу тренера) [10].

Сегодня многие специалисты утверждают, что ключ к спортивным успехам следует искать в ранней спортивной специализации. И в этом отношении мини-баскетбол представляет неограниченные возможности. Так, в США занимаются баскетболом около 20 миллионов игроков. А в таких странах, как Бразилия, Италия, Франция занимаются только в секциях мини-баскетбола, по 10 000 команд детей от 6 до 12 лет.

Результаты опроса тренеров относительно количества детей, которые занимаются мини-баскетболом в Днепропетровске, свидетельствуют, что только 340 мальчиков и 243 девочки занимаются, при этом с 6-7 лет их количество меньше, чем в 9-10 лет (табл.1.).

Таблица 1

Количество тренеров и детей, занимающихся мини-баскетболом в ДЮСШОР № 5						
Возраст детей	6 - 7	7 - 8	8 - 9	9 - 10	Всего тренеров, детей	Всего групп
тренеры	5	4	8	3	10	
мальчики	63	73	165	39	340	28
девочки	55	77	111		243	24
тренеры	6	9	9		10	

Такие показатели свидетельствуют о том, что в Украине значительно меньшая популярность мини-баскетбола, чем в других ведущих баскетбольных странах. Кроме того, тренеры, работающие с начинающими - 90% из которых - тренеры-новички, не имеющие опыта работы и способностей правильно заинтересовать и научить детей, правильно спланировать и провести учебно-тренировочный процесс. Все это приводит к снижению интереса у детей и нередко к полному прекращению занятий мини-баскетболом. Поэтому на начальном этапе обучения программа с распределением учебного материала является необходимостью.

Нами также проанализированы учебные программы по физической культуре для общеобразовательных учебных заведений России и Украины относительно возраста начала занятия баскетболом и последовательностью технических приемов. Анализ показал, что в России уже с первого класса вводят баскетбол в программу общеобразовательных учебных заведений, в Украине баскетбол в школе начинают изучать с 5 класса, а набор в детские спортивные школы с 7 лет. Это приводит к нарушению связи «школа - ДЮСШ». Кроме того, мы проанализировали зарубежные

(Литва, Испания, страны Балканского полуострова), украинские и российские программы ДЮСШ, программы физической культуры в общеобразовательной школе и обнаружили много разногласий, в содержании и в возрасте, с которого начинают заниматься баскетболом [8,10,11,13,14] (табл.2.).

Таблица 2

Последовательность обучения техническим приемам в баскетболе и возраст, с которого начинают занятия

Страна	Украинские программы ДЮСШ	Программа ФК в общеобраз. школе (Украина)	Программа ФК в общеобраз. школе (Россия)	Российские программы ДЮСШ	Зарубежные программы
Год издания	1999г 2003г.	2009 г.	2010 г.	2004г.	2000 - 2010 г.
Возраст начала занятий	с 8-9 лет	с 10 лет	с 6 лет	с 9 лет	с 6-7 лет
Последовательность обучения техническим приёмам	Стойки и перемещения игрока	Остановки	Ловля мяча	Прыжки с толчком одной и двумя ногами	Ведение
	Передача и ловля мяча	Повороты	Броски мяча	Остановки прыжком	Броски
	Ведение мяча	Ведение мяча	Передачи мяча	Остановки двумя шагами и прыжком	Ведение и броски
	Броски мяча в корзину	Передачи	Перемещения	Повороты вперед и назад	Передачи
	Приёмы защиты	Ловля мяча	Остановки	Ловля мяча двумя руками на месте и в движении	Ведение, передачи и броски
		Броски мяча в корзину		Передачи двумя руками на месте и в движении	Защита и комбинации с ведением, передачами и бросками
				Передачи одной рукой на месте и в движении	
				Ведение мяча	
				Броски мяча в корзину	

В Испании и Литве программа ДЮСШ разработана для детей с 6-7 лет, тренеры, работающие с детьми, имеют специальные программы с конкретными рекомендациями по мини-баскетболу, по которым развивают необходимые физические качества, с учетом сенситивных периодов, а также простейшие технические элементы, в подавляющем большинстве на основе подвижных игр. Основными качествами, которые необходимо развивать в этом возрасте является координационные способности, гибкость и ловкость.

В связи с вышеизложенным, особую значимость приобретает поиск инновационных подходов, использования зарубежного и отечественного опыта с целью обоснования построения учебно-тренировочного процесса детей 6-7 лет в мини-баскетболе в годичном цикле подготовки, которая не только способствовала бы повышению эффективности учебно-тренировочного процесса, но и играла большую роль в контроле за функциональными особенностями детского организма, а также в формировании мотивации детей к занятиям баскетболом, начиная с раннего возраста и на протяжении всей спортивной карьеры. Поэтому данная тема является актуальной проблемой для дальнейшего диссертационного исследования.

## Литература:

1. Баррел П. Баскетбол для юниоров: 110 упражнений от простых к сложным. Пер.с англ. [Текст]. / П. Баррел, П. Патрик. - М.: ТВТ Дивизион, 2008. - 352с.
2. Губа В.Г. Особенности отбора в баскетболе / В.Г. Губа, С.Г.Фомин, С.В.Чернов. – М.: Физкультура и Спорт,2006. – 144 с.
3. Волков Л.В. Возрастная периодизация тренировочных нагрузок в спортивной подготовке детей и подростков / Л.В.Волков. - Переяслав-Хмельницкий, 1990. - 26с.
4. Корягин В.М. Структура и содержание спортивной тренировки / В.М. Корягин. - М.: 1994. - 102-108 с.
5. Корягин В.М. Теоретико-методические основы системы подготовки юных баскетболистов / В.М. Корягин. - М.: 2010. № 10. - 3-7 с.
6. Костикова Л.В. Баскетбол. Азбука спорта / Л.В. Костикова. - М.: 2002. - 171 с.
7. Лепешкин В.А. Баскетбол. Подвижные и Учебные игры / В.А. Лепешкин. - М.: Советский спорт, 2011. - 98с.
8. Навчальна програма з фізичної культури для загально-освітніх навчальних закладів. - К.: 2009. - 230 с.
9. Николич А. Отбор в баскетболе / А. Николич, Ю.Параносич. - М.: Физкультура и спорт. - 1984. - 214с.
10. Поплавский Л.Ю. Программа для ДЮСШ, СДЮШОР и ШВСМ. Учебно-тренировочные группы и группы спорт. усовершенствования / Л.Ю Поплавский, В.Г. Окипняк. - К., 1999. - 126 с.
11. Портнов Ю.М. Баскетбол: Примерная программа спортивной подготовки для ДЮСШ, СДЮШОР / Ю.М. Портнов, В.Г. Башкирова, В.Г. Луничкин, М.И. Духовный, А.Б. Мацак, С.В. Чернов, А.Б. Саблин. – М.: Советский спорт, 2004. – 100 с.
12. Программа общеобразовательных учреждений. Физическая культура. Начальные классы А.П.Матвеев. – М.: Просвещение. – 2010 г. – 206 с.
13. Сортел Н. Баскетбол: первые шаги 100 упражнений и советов для юных игроков. / Н. Сортел. - М.: Астрель. АСТ, 2002. - 237 с.
14. Buceta J.M. Basketball for Young players. Guidelines for coaches / J.M. Buceta M. Mondoni, A. Avakumovic, L. Killik. – Madrid: FIBA, 2000.- 358 p.